

# 10 YAM UAS KOJ MUAJ PEEV XWM UA TAU TXHAWM RAU TSWJ XYUAS KOJ COV TSOS MOB NTAWM TUS KAB MOB KHAUS VIV-19 (COVID-19) NYOB RAU TOM VAJ TSEV | VIV-19 (COVID-19) |

**Yog hais tias koj muaj cov tsos mob zoo ntxim li yog los sis paub tseeb lawm tias  
yog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19)**

- 1. Yuav tsum nyob twj ywm hauv tsev** tshwj tsis yog tias yuav tsum tau txais kev saib xyuas kho mob.



- 6. Siv ntawv so ntswg los ua zoo npog koj qhov ncauj thaum hnoos los sis txham siv** koj sab lauj tshib sab hauv los yeej tau.



- 2. Ntsuam xyuas koj cov tsos mob** Yam xyuam xi. Yog hais tias koj cov tsos mob mob loj tuaj, hu rau koj tus kws muab kev saib xyuas kho mob rau fab kev noj qab haus huv tam sim ntawd.



- 7. Siv xab npum thiab dej ntxuav koj ob txhais tes tas li** kom ntev tsawg kawg yog 20 chib (xis nkoos) los sis siv tshuaj ntxuav tes tua kab mob muaj dej cawv cuaj caum yam tsawg txog li 60% los tu ntxuav koj ob txhais tes kom huv si.



- 3. So kom txaus thiab haus dej rau lub cev.**



- 8. Yog hais tias ua tau, nyob twj ywm rau hauv ib chav xab phaub thiab nyob kom sib nrug deb ntawm lwm cov neeg** hauv koj lub vaj tsev. Tsis tas li ntawd, yog hais tias muaj, koj yuav tsum siv chav da dej uas cais tawm nyias siv nyias chav. Yog hais tias koj xav nyob ze ib puag ncig ntawm lwm cov neeg hauv koj lub vaj tsev los sis nyob rau sab nraum zoov ntawm koj lub vaj tsev, yuav tsum rau ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg.



- 4. Yog hais tias koj muaj kev team caij sib ntsib rau fab kev kuaj mob, hu rau tus kws muab kev saib xyuas kho mob rau fab kev noj qab haus huv** paub ua ntej thiab hais qhia rau lawv paub tias tej zaum koj muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) lawm.



- 9. Zam tsis txhab sib koom siv cov khoom siv rau tus kheej** nrog lwm cov neeg hauv koj yim neeg, xws li cov phaj, cov phuam, thiab cov ntaub pua txaj.



- 5. Rau cov xwm txheej ceev los sis mob hnyav, hu rau 911 thiab ceeb toom rau tus neeg ua hauj lwm txog kev xa neeg mus los** paub tias koj muaj los sis tej zaum muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).



- 10. Tu ntxuav tag nrho cov chaw (npoo los sis ntug)** uas nyiam tuav (chaw) tas li kom huv si, xws li cov rooj, cov khoom nyob saum qaum rooj, thiab cov pob xauv qhov rooj. Siv cov tshuaj tsuag (nyem txua) rau los sis cov ntaub so rau kev tu ntxuav khoom vaj tsev kom huv si raws li cov lus qhia nyob rau ntawm daim ntawv nplaum muab lus qhia.



[cdc.gov/coronavirus](https://cdc.gov/coronavirus)